



## Menu

### Semaine 1

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<b>Collation AM</b>	Pommes et oranges	Fruits	Fruits	Fruits	Fruits
<b>Diner</b>	Riz au poulet, sauce moutarde miel et romarin, juliennes colorées	Salade de millet et quinoa, haricots pomes et feta	Spaghettis sauce tomates aux lentilles	Fricadelle de poisson blanc, auge aux câpres et salade verte	Warp au végé-pâté maison garni de germinations
<b>Collation PM</b>	Hummus et crudités	Galettes à l'avoine	Brownie chia et haricots noirs	Gâteau aux carottes aux graines de citrouille	Pain aux bananes

Du lait 2% est servi au diner, le reste de la journée de l'eau est servi à volonté

Les fruits et repas peuvent changer selon les arrivages de produits frais, le menu sera donc ajusté en conséquence